



Меню Приятного аппетита!

25.09.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
200	Йогурт питьевой (в индивид. упаковке)	Калорийность-158	50-65
150	Омлет натуральный	Калорийность-229	50-38
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-61
30	Батон витаминизированный	Калорийность-79	4-00
Итого за Завтрак 1-4 классы			Калорийность-517 108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Гуляш из филе индейки 100	Калорийность-183	76-19
180/20	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/20	Калорийность-236	19-55
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-61
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	26-45
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)			Калорийность-641 128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
250/10	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, курой (о. ч)	Калорийность-168	40-82
125	Гуляш из филе индейки	Калорийность-261	116-93
180/30	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/30	Калорийность-257	22-28
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-84
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед 5-11 классы			Калорийность-865 192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Гуляш из филе индейки 100	Калорийность-183	76-19
180/20	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/20	Калорийность-236	19-55
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-61
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	26-45
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)			Калорийность-641 128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
210	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, курой (о. ч)	Калорийность-145	34-40
70	Гуляш из филе индейки 70	Калорийность-134	54-71
150/25	Макаронные изделия отварные/Икра овощная 150/25	Калорийность-221	16-57
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
25	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-59	2-33
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед для групп продленного дня			Калорийность-690 118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
120	Салат из свеклы с сыром (о. ч)	Калорийность-265	35-76
200/7	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-53	7-18
100	Булочка домашняя	Калорийность-378	38-54
Итого за Полдник для групп продленного дня			Калорийность-696 81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

210	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, курой (о. ч)	Калорийность-145	34-40
100	Гуляш из филе индейки 100	Калорийность-183	76-19
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-195	12-61
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	26-45
25	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-59	2-33
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77

Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы

Калорийность-813

162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

200	Йогурт питьевой (в индивид. упаковке)	Калорийность-158	50-65
150	Омлет натуральный	Калорийность-229	50-38
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-61
30	Батон витаминизированный	Калорийность-79	4-00
210	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, курой (о. ч)	Калорийность-145	34-40
100	Гуляш из филе индейки 100	Калорийность-183	76-19
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-195	12-61
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	26-45
25	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-59	2-33
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77

Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

Калорийность-1 329

271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Гуляш из филе индейки 100	Калорийность-183	76-19
180/20	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/20	Калорийность-236	19-55
200	Чай с сахаром	Калорийность-51	3-61
100	Мандарины свежие	Калорийность-99	26-45
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
250/10	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, курой (о. ч)	Калорийность-168	40-82
100	Тефтели из филе кури и свинины 100	Калорийность-251	61-10
180	Капуста тушеная (о. ч.)	Калорийность-141	37-22
200	Напиток ягодный из вишни	Калорийность-99	25-39
120	Яблоко свежее	Калорийность-72	22-89
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-76
30	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-74	2-66

Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

Калорийность-1 518

321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

250/10	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, курой (о. ч)	Калорийность-168	40-82
125	Гуляш из филе индейки	Калорийность-261	116-93
180/30	Макаронные изделия отварные/Огурец свежий 180/30	Калорийность-257	22-28
200	Напиток из кураги	Калорийность-82	9-20
20	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-48	1-84
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77

Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

Калорийность-865

192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____